Queridos amigos:

A continuación, queda detallado el programa de la II Jornada de Liga Nacional de categorías absoluto y máster que se celebrará el día 12 de diciembre de 2020 en la piscina municipal de San Vicente.

II JORNADA DE LIGA ABSOLUTO Y MÁSTER

Sábado 12.12.2020 San Vicente (Alicante)

11:00h	REUNIÓN TÉCNICA
11:00h	CALENTAMIENTO (1º turno)
11:25h	CALENTAMIENTO (2º turno)
12:00h	200 m. Supersocorrista absoluto
	50 m. Remolque del maniquí absoluto y máster
	100 m. Remolque del maniquí con aletas absoluto y máster
	4x25m. Remolque del maniquí absoluto y máster
	4x50 m. Relevo combinado absoluto y máster
	4x50m Relevo socorrista mixto absoluto
16:30h	CALENTAMIENTO (1º turno)
16:55h	CALENTAMIENTO (2º turno)
17:30h	200 m. Natación con obstáculos absoluto y máster
	4x50 m. Natación con obstáculos absoluto y máster
	Lanzamiento de cuerda absoluto y máster
	100 m. Combinada de salvamento absoluto
	100 m. Socorrista absoluto y máster

COMITÉ DEPORTIVO